

Henvisning til sundhedstilbud

Liste over tilbud du kan vælge:

Kommune - Diabetes
Kommune - Hjertesygdom
Kommune - Kræft
Kommune - KOL

Kommune - Svær overvægt børn

Kommune - Stress
Kommune - Angst

Kommune - Lænde- og ryglidelser

Kommune - Artrose knæ og hofte

Kommune - Rygestop

Kronisk sygdom

Til københavnere med diabetes, hjertesygdom, kræft eller KOL.

Tilbuddet kan bestå af:

- samtaler med en sundhedsfaglig medarbejder
- undervisning i livet med sygdommen
- træning på hold
- kostvejledning og madlavning
- rygestopvejledning
- samtaler om alkohol.

Svær overvægt hos børn og unge

Behandling af børn og unge med svær overvægt i alderen 2-16 år og deres familier.

Tilbuddet består af:

- familiesamtaler (til samtalerne undersøges barnet/den unges sundhed, og der arbejdes med sund vægt)
- mulighed for deltagelse på motionshold, madværksted og psykologsamtaler.

Stress og angst

Til københavnere, der enten har oplevet symptomer på stress i mindst 1 måned, eller har oplevet lettere/moderate tegn på angst.

Tilbuddet består af:

- en indledende, visiterende samtale med en psykolog
- 9 ugers meditationsbaseret forløb i en gruppe
- op til 2 individuelle samtaler med en psykolog under forløbet.

Lænde- og ryglidelser

Til københavnere over 18 år.

Tilbuddet består af:

- information og rådgivning
- træningsforløb.

Artrose knæ og hofte

Til københavnere med diagnosticeret artrose i hofte og/eller knæ og som er motiveret for målrettet træning.

Tilbuddet er en del af GLA:D og består af:

- undersøgelse ved fysioterapeut
- 2x1,5 times undervisning
- 8 ugers træning både selvstændigt og på hold.

Rygestop

Til alle københavnere, der ønsker professionel hjælp til at stoppe med at ryge. Der er mulighed for at få tilskud til rygestopmedicin på rygestopkurserne.

Patienten kan vælge mellem:

- rygestopkurser
- telefonrådgivning
- rygestopappen E-kvit.